



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

دانشکده پرستاری و مامایی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد پرستاری سالمندی

بررسی تاثیر طب فشاری بر کیفیت زندگی سالمندان شهر قزوین

استاد راهنما

دکتر فرنوش رشوند

اساتید مشاور

خانم رنجکش

آقای دکتر حبیبی

خانم مافی

نگارش : حسین جهانی

بهمن ۹۸

چکیده

مقدمه: با توجه به افزایش جمعیت سالمندان، مشکلات و مسائل مربوط به دوره ی سالمندی جهت ارتقا کیفیت زندگی آنان، نیازمند تامل و توجه است. کیفیت زندگی یکی از مهمترین مسایل عصر امروز در مراقبت سلامتی است که عدم دریافت مناسب خدمات مراقبتی در دوره سالمندی موجب کاهش کیفیت زندگی سالمندان می گردد. امروزه روش های غیر دارویی مانند طب فشاری و ماساژ درمانی بعنوان روشهای غیر تهاجمی و کم هزینه جهت ارتقاء کیفیت زندگی سالمندان مورد توجه می باشند. مطالعه حاضر با هدف بررسی تاثیر طب فشاری بر کیفیت زندگی سالمندان انجام شد.

مواد و روش کار: این مطالعه یک کارآزمایی بالینی- تصادفی بود که ۶۰ سالمند عضو مراکز روزانه سالمندی با توجه به معیارهای ورود، وارد مطالعه شدند نمونه‌ها با تخصیص تصادفی از نوع بلوک چهارتایی در دو گروه مداخله و شاهد قرار گرفتند. ابتدا با استفاده از مقیاس آزمون مختصر شناختی، وضعیت شناختی نمونه ها و میزان کیفیت زندگی در هر دو گروه اندازه گیری شد. سپس در گروه طب فشاری، علاوه بر مراقبت های معمول فشار در نقاط Liv3, UB62, K3, SP9, GB34, UB17, GB30, UB11 تا UB25 (کیپاشو)، GB20, GB21 (جیاناسینگ) به مدت ۲۰ دقیقه طی حداقل ۸ الی ۱۲ جلسه در یک ماه، انجام شد و گروه کنترل نیز تنها مراقبت های روتین و استاندارد را دریافت کردند. کیفیت زندگی با استفاده از ابزار لیپاد قبل و بعد از مداخله سنجیده شد. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از روش های آماری توصیفی (میانگین، انحراف معیار، فراوانی و درصد) و استباطی (آزمون چولگی و کشیدگی و آزمون کای دو، تی مستقل و آنالیز واریانس) انجام شد.

یافته ها : نتایج نشان داد بیماران از نظر اطلاعات دموگرافیک همگن بودند. قبل از انجام مداخله، تفاوت معنادار آماری در مورد سطح کیفیت زندگی ($p = 0/928$) بین دو گروه مداخله (طب فشاری و ماساژ درمانی) و کنترل وجود نداشت. لیکن پس از مداخله، نتایج نشان داد کیفیت زندگی، در گروه مداخله، در مقایسه با گروه کنترل افزایش معناداری یافت ($p < 0.001$).

نتیجه گیری : تکنیکهای طب فشاری و ماساژ درمانی در افزایش کیفیت زندگی در سالمندان مؤثر بوده است. بکار گیری این روش در زمان بستری در بیمارستان ها، در مراکز سالمندی یا حتی در منازل سالمندان بعنوان شیوه مؤثر، قابل دسترس، مقرون به صرفه و روشی غیر تهاجمی برای کمک به ارتقا کیفیت زندگی در سالمندان توصیه می شود.

کلید واژه ها: سالمندی، کیفیت زندگی، طب فشاری



**Qazvin University of medical science
School of Nursing & Midwifery**

**Thesis submitted to achieve the Degree of M.Sc.
Geriatric Nursing**

The effect of Acupressure on quality of life in elderly

**supervision :
Dr. Farnoosh Rashvand**

**Adviser:
Fatemeh Ranjkesh
Dr Mohammad Habibi
Maryam Mafi**

**By:
Hosseini Jahani**

january ,2020

Abstract

Introduction: Due to the growing population of the elderly, the problems and issues related to the aging period need to be considered and considered in order to improve their quality of life. Quality of life is one of the most important issues in today's health care that inadequate quality of life in the elderly decreases the quality of life of the elderly. Non-pharmacological approaches such as Acupressure and massage therapy are nowadays considered as non-invasive and low cost methods to improve the Quality of life of the elderly. The aim of this study was to investigate the effect of acupuncture on Quality of life in elderly.

Materials and Methods: This study was a randomized clinical trial in which 60 elderly members of daily nursing centers were enrolled according to inclusion criteria. The subjects were randomly assigned into intervention and control groups. At first, Cognitive Status Scale, Cognitive Status and Quality of Life in both groups were measured. Then in the acupressure group, in addition to routine pressure care at points Liv3, K3, UB62, SP9, GB34, UB17, GB30, the UB energy channel between UB11 to UB25 (Kayshu), GB20, GB21 (Giantsing) for at least 8 minutes. Up to 12 sessions per month were performed and the control group received only routine and standard care. Quality of life was measured using Lipad tool before and after the intervention. Data were analyzed using descriptive (mean, standard deviation, frequency and percentage) and inferential statistical methods (skewness and elongation test and chi-square test, independent t-test and variance analysis).

Results: The results showed that the patients were homogeneous in terms of demographic data. Before intervention, there was no statistically significant difference in quality of life ($p = 0.9228$) between the intervention (acupressure and massage therapy) and control groups. But after the intervention, the results showed a significant increase in the quality of life in the intervention group compared to the control group ($p < 0.001$).

Conclusion: Acupressure and massage therapy have been effective in increasing the quality of life in the elderly. Applying this method while hospitalized, in nursing homes or even in nursing homes is recommended as an effective, accessible, affordable and non-invasive way to help improve quality of life in the elderly.

Keywords: Aging, Quality of Life, Acupressure